



BDL – Berufsverband Deutscher Laktationsberaterinnen IBCLC

www.bdl-stillen.de



VSL Association of South Tyrolean/ Italian Lactation Consultants/ IBCLC

www.stillen.it



VSLÖ – Verband der Still- und Laktationsberaterinnen Österreichs

www.stillen.at

SwiLacta

SWILACTA, Schweiz

Wunde Mamillen richtig versorgen

Autorin: Natalie Groiss



Foto: © Andrea Hempelmayr

Wunde Mamillen (Brustwarzen) gehören zu den häufigsten Stillproblemen und führen nicht selten zu vorzeitigem Abstillen. Ein rascher Heilungserfolg schützt vor weiteren Problemen wie Wundinfektionen bis hin zur Brustentzündung, Abszess und vorzeitigem Abstillen. Um eine schnelle Heilung herbeizuführen ist es wichtig, zuerst die Ursachen zu erkennen und zu beheben.

1

Ursachensuche und Ursachenbehebung

Suchen Sie am besten eine Still- und Laktationsberaterin IBCLC auf, um die Ursachen zu identifizieren und zu beheben.

Wird das Saugen als schmerzhaft empfunden und/oder ist die Haut verletzt, liegt meist die Mamille nicht richtig im Mund des Kindes. Schuld daran können u.a. falsche Anlegetechnik, ein heftiger Milcheinschuss (ca. 3. Tag nach der Geburt), ein kurzes Zungen- oder Lippenband oder andere anatomische Besonderheiten im kindlichen Mund, mangelnde Elastizität oder ein verändertes Saugverhalten durch Fremdsauger (Schnuller, Flasche, Saughütchen) sein.

Auch eine Minderdurchblutung, Infektion oder Hauterkrankung an der Mamille, ebenso wie die falsche Handhabung von Milchpumpe und Stillhütchen können die sensible Mamillenhaut verletzen.

Ohne wirkungsvolle Ursachenbeseitigung ist selbst die beste Wundbehandlung wirkungslos!

Wundreinigung

Nach der Stillmahlzeit wird die Mamille versorgt:

2a

Mamille ist gerötet oder gereizt, jedoch nicht offen

Die Brust bei der normalen täglichen Körperhygiene reinigen, auch das Händewaschen nach der Toilette und nach dem Wickeln nicht vergessen! Nach dem Stillvorgang kann die Muttermilch auf der Mamille eintrocknen. Muttermilch enthält pflegende, schützende und aufbauende Inhaltsstoffe. NICHT mit unsauberen Fingern auf der Mamille verteilen!

2b

Mamille hat eine Wunde, mit oder ohne Entzündung

Wunde Mamillen sind potentielle Eintrittspforten für Keime und sollten daher nach jedem Stillen mit 0,9% Kochsalzlösung oder abgekochtem, lauwarmem Wasser gesäubert werden. Im Krankenhaus oder bei infizierten Wunden erfolgt nach der Reinigung zusätzlich eine Wunddesinfektion mit einem geeigneten Schleimhaut-Desinfektionsmittel.



Foto: © Andrea Hemelmayr

Wundverband

3a Bei nicht entzündeten Wunden

Damit die Wunde nicht austrocknet, verschorft und bei jeder Stillmahlzeit so wieder aufgerissen wird, kann man mit einem Salbenverband aus hochgereinigtem Wollfett (Lanolin) für eine feuchte Wundheilung sorgen. So wird die Wundheilung beschleunigt, die Mutter hat weniger Schmerzen und die Narbenbildung ist geringer. Dabei das Lanolin möglichst direkt aus der Tube mit sauberen, desinfizierten Händen auf die Mamille oder auf sterile Tupfer (aus der Apotheke) auftragen. Die Mamille muss komplett mit Lanolin dick umschlossen sein. Ein lediglich dünnes Auftragen ist nicht ausreichend. Wenn vor der Stillmahlzeit noch Reste von der Salbe vor dem Stillen auf der Brust sind, können sie mit einem sauberen Tupfer ohne weitere Reinigung einfach abgewischt werden.

3b Bei entzündeten Wunden

Entzündete Mamillen müssen je nach Infektion mit antibakteriellen, antimykotischen und/oder entzündungshemmenden Wirkstoffen behandelt werden. Diagnose und Therapie muss hier in den Händen des medizinischen Fachpersonals liegen. Feuchte Wundheilung reicht in solchen Fällen nicht aus und kann gegebenenfalls die Situation verschlechtern!

4 Entlastung

Damit die Mamille heilen kann, muss sie gut durchblutet bleiben. Um dies zu gewährleisten, kann ein Brustdonut (www.stillen-institut.com/media/der-wiener-brustdonut.pdf) helfen, den Druck des BHs und der Kleidung zu vermeiden.

Auch ein Umstellen auf häufige, aber kürzere Stillmahlzeiten mit Unterstützung einer Brustmassage verringert den Saugdruck des Neugeborenen. Dabei sollte das Kind erst von der Brust gelöst werden, wenn das aktive Saugen und Schlucken abnimmt und das Kind zu nuckeln beginnt.

5

Schmerztherapie

Auch eine sinnvolle Schmerztherapie mit stillverträglichen Schmerzmitteln kann die Wundheilung beschleunigen und Folgeprobleme vermindern.

Weitere Therapieoptionen:

6a

Eine **Lasertherapie** ist eine wirkungsvolle Ergänzung, beschleunigt die Wundheilung und lindert Schmerzen.

6b

Das Prinzip der feuchten Wundheilung soll auch durch **Silberhütchen, Hydrokolloidverbände oder fertig vorbereitete Gelaufagen** gewährleistet werden. Eine kompetente Stillberatung muss im Einzelfall abschätzen, ob solche Therapieformen angebracht sind, und den Therapieerfolg kontrollieren.



Foto: © Andrea Hemelmayr



Foto: © Andrea Hemelmayr



QUELLEN:

- › Nationale Stillkommission am Bundesinstitut für Risikobewertung (BfRS3-Leitlinie: Therapie entzündlicher Brusterkrankungen in der Stillzeit aktueller Stand: 02/2013)
- › <http://www.stillen-institut.com/de/wunde-mamillen.html>



IBCLC

* Still- und Laktationsberaterinnen IBCLC (International Board Certified Lactation Consultants) sind die einzigen international anerkannten Spezialisten für Stillen und Laktation mit medizinischem Hintergrund.

Die Entscheidung „Stillen“ oder „Nicht Stillen“ hat kurz- und langfristige Einflüsse auf die Gesundheit des Kindes und der Mutter. Allerdings ist Stillen nicht immer einfach und braucht möglicherweise professionelle, fachkundige Unterstützung.

Kontaktieren Sie Ihre IBCLC